

El poder de la integración familiar

Laura Álvarez

MSc. Psicología Clínica

lalvarez@saborysalud.com

Entre los principales problemas que enfrentamos en la actualidad las familias están la violencia familiar, el desempleo que se asocia también a la pobreza, la falta de establecimiento de límites, la crisis económica y el deterioro de las condiciones materiales de vida de las familias, la desintegración familiar y la pérdida de valores.

Además hoy en día el divorcio se ha convertido en algo de todos los días o donde un gran número de varones y mujeres prefieren vivir juntos o tener relaciones sexuales sin preocuparse por casarse, lo que provoca que incontables millones de niños se encuentran atrapados en ese caos.

Cuando una familia se desintegra o no cumple las funciones que le corresponde en la satisfacción de las necesidades emocionales de los hijos, en la socialización y formación de la personalidad de sus hijos e hijas, es muy probable que estos niños y niñas sean más vulnerables para el consumo de sustancias psicoactivas, el alcoholismo, el embarazo precoz, la agresividad, la deserción y el fracaso escolar entre otros.

Recientes investigaciones ratifican la importancia de la familia como un factor de protección para los hijos(as) frente al consumo de las drogas, la violencia, la delincuencia, el fracaso escolar y el embarazo precoz, entre otros.

Uno de los propósitos fundamentales de la familia es promover que en armonía, los padres y madres tomen medidas a fin de que cada uno, uno de ellos, o ambos, puedan permanecer más tiempo al lado de sus hijos(as), a fin de satisfacer plenamente las varias necesidades emocionales esenciales que tienen los seres humanos desde recién nacidos, clave para su formación y desarrollo. La familia conforma un espacio de acción en el que se definen las dimensiones más básicas de la seguridad humana, y de integración social de las personas.

Por ello, el lograr promover la estabilidad familiar se convierte en nuestro reto diario. Debemos comprometernos cada uno de nosotros a propiciar las características necesarias para lograr contrarrestar las amenazas de la vida familiar. Empecemos por expresar el amor a las personas que nos rodean de forma abierta, natural. Que sus hijos vean la expresión de amor entre los padres y los hijos, que en nuestras familias exista el amor incondicional, en donde se permita la libre expresión y se respeten las individualidades y la comunicación sincera sean parte de nuestra convivencia.

Hoy más que nunca necesitamos sentirnos amados, aceptados, y con pertenencia. Para esto es fundamental la aplicación de normas y límites en cada una de nuestras familias. Las parejas deben ponerse de acuerdo con respecto a la crianza de sus hijos, reglas a seguir, consecuencias. Los padres debemos retomar y ejercer el liderazgo en nuestros hogares. Igualmente debemos propiciar la comunicación de nuestras necesidades, sentimientos.

Estamos obligados a dar un giro, a conocer quienes son las personas que me rodean, lo importante para ellos, lo que les gusta, o les disgusta, conocer a los amigos de mis hijos, afinidades, problemas.

Permitámonos crear espacios para compartir, pues la mejor herencia que podemos dejarle a nuestras familias, es el amor y el tiempo que juntos compartamos.